

## **DETALJERADE REGLER PADEL**

Reglerna i padel är i många fall likt tennisens regler men det finns några undantag, exempelvis regler angående väggarna.

### **POÄNGRÄKNING**

Poängräkning i padel är precis som tennis. Man spelar bäst av 3 eller 5 set och i varje set gäller det att vinna 6 game.

I ett game räknar man poäng på följande sätt: 0, 15, 30, 40, game. Om ställningen är 40-40 så måste man vinna med två poäng för att gamet ska avgöras.

I ett set gäller det att komma först till 6 vunna game. Om ställningen däremot blir 5-5 så spelar man till 7 vunna game. Om ställningen blir 6-6 så spelar man ett avgörande game, kallat tiebreak. Tiebreak spelas först till 7 vunna poäng, där man också måste vinna med minst två poäng.

### **SERVE**

Reglerna för serve skiljer sig mot tennis. En serve i padel ska alltid slås underhands och bollen ska slås i, eller under, midjehöjd. Istället för att kasta upp bollen, som man gör i tennis, ska man i padel studsas bollen i marken. Studsen ska vara bakom egen serveruta samt mellan mittlinjen och sidoväggen.

Servern ska gå diagonalt och studsas i motståndarens motsatta serveruta. Servern är även giltig om den studsar upp i motståndarens glasvägg men om den däremot studsar upp i motståndarens galler så är den felaktig.

Precis som i tennis så har man en förstaserve och en andraserve, dvs om man missar sin första har man en chans till. Missar man andraserven också blir det dubbelfel och poängen går till motståndaren. Om bollen vid serve touchar nätet innan den går in ska den slås om.

### **VÄGGARNA**

Glasväggarna är alltid en del av spelet men det finns några regler för hur de får användas. När man ska ta emot en boll så kan man låta den studsas upp i glasväggen efter att den studsat på marken, bollen är då fortfarande levande. Man kan även använda sin egen glasvägg för att slå tillbaka bollen, det kan vara användbart om man hamnar i en trängd situation.

Gallret får bollen endast studsas upp på när man ska ta emot en boll. Bollen är då levande om den först studsar i marken och sen upp på gallret (detta gäller ej på serve). Om man slår bollen i gallret på sin egen sida så förlorar man bollen. På sin egen sida är regeln att man endast får använda sig av glasväggen.

Om en boll går direkt i motståndarens galler/glas, dvs inte studsar i marken först, så räknas bollen som ute.

## **HUR VINNER MAN POÄNG?**

I padel vinner man poäng om:

- Bollen studsar i marken två gånger på motståndarens sida
- Motståndaren slår bollen i nät
- Motståndaren slår bollen ut, dvs antingen direkt ut ur "buren" eller direkt på en av dina väggar
  - Notera att det däremot är giltigt att smasha bollen i marken och den då studsar ut ur buren. Om bollen smashes utanför är det ok för motståndaren att springa utanför planen och ta bollen innan den studsar
- Motståndaren slår bollen i sitt eget galler
- En motståndare träffas av bollen